

# MEGHÍVÓ

## MINDFULNESS TRÉNINGEN VALÓ RÉSZVÉTELRE

A „Lelki Köldökzsinór” Egyesület 5 464 000Ft vissza nem térítendő támogatást nyert el Mindfulness workshopok térítésmentes megtartására **Jászberényben 60 fő számára** a TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2021-02231 kódszámú, „MBSR Workshopok Jászberényben” nevű projektben.

### MIÉRT ÉRDEMES IDŐT BEFEKTETNI AZ MBSR STRESSZ-CSÖKKENTŐ TRÉNINGRE?

Hogy megtudd Életed valódi célját és értelmét, mert **jóhiszemű tévedések áldozata vagy!**

Itt az ideje megismerni, hogy **szabadulhass elméd rabságából!**

Kezedbe venni a sorsodat, **gondoskodni önmagadról**

**Megőrizni, helyreállítani a teljes testi-lelki-szellemi és kapcsolati egészséged!**

**Nyugalomra lelni** az érzelmi viharok közepette is.

**Bölcsen dönteni** a stresszes helyzetekben.

**Szeretettel kapcsolódn**i önmagadhoz, szeretteidhez és a Világhoz.

Mindez *tudományosan* bizonyítható és *tapasztalatokkal* igazolható.

Már 8 hét együttműködés **új életszemléletet és tapasztalatokat** képes nyújtani Számodra!

**Ez a legértékesebb ajándék önmagad és Családod számára is.**

Most egy kivételes **STRESSZ-CSÖKKENTŐ** lehetőség, **TÉRÍTÉS NÉLKÜL!**

**Közös jövőnk és gyermekeink sorsa a tét!**

*Dalai Láma: „Egyre nagyobb házunk, s egyre kisebb családjunk van”*



Jelentkezni lehet jászberényi lakosoknak: <https://lelki-koldokzsinor.hu/szolgaltatasok/meghivo-mindfulness-stresszcsokkento-treningre/>

**A workshop kezdési időpontjai:**

**Délután (4. csoport):** Délelőtt 9 – 11.30 / 10. 5; 10. 12; 10.19; 10.26; 11.2;11.9; 11.16; 11.23

**Délelőtt (5. csoport):** Délután 17 – 19.30 / 10. 7; 10.14;10.21; 10.28; 11.4; 11.11; 11.18, 11.25

CÍM: 5100 JÁSZBERÉNY , VARRÓ UTCA 2. (BEJÁRAT: RÁKÓCZI ÚT 5 FELŐL)

**SZÉCHENYI** 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**